

**TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK
YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA
DI SMA N 1 JETIS BANTUL**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**Oleh:
Bahtiar Wiwit Dwiyanto
12601244101**

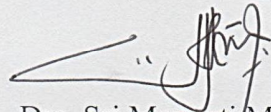
**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERIYOGYAKARTA
2016**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “ **Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul**” yang disusun oleh Bahtiar Wiwit Dwiyanto, NIM 12601244101 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta 11 Oktober 2016

Dosen Pembimbing



Dra. Sri Mawarti M.Pd.

NIP 195906071987032001

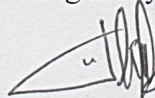
SURAT PERNYATAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul” ini benar-benar karya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditundanya yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 24 November 2016

Yang menyatakan



Bahtiar Wiwit Dwiyanto

12601244101

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul” yang disusun oleh **Bahtiar Wiwit Dwiyanto**, NIM 12601244101 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 28 Oktober 2016 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI			
Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dra. Sri Mawarti, M.Pd	Ketua Penguji		28/11 2016
Cerika Rismayanthi, M.Or	Sekretaris Penguji		28/11 2016
Drs. R Sunardianta, M.Kes	Penguji I (Utama)		25/11 2016
F. Suharjana, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		24/11 2016

Yogyakarta, November 2016

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Prof. Dr. Wawan S Suherman, M.Ed.

NIP. 19640707198812001

MOTTO

“Nothing is Impossible, All will look when we have been trying”

“every end is a new beginning”

“DO IT NOW, sometimes ‘LATER’ become ‘NEVER’”

(@dagelan)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin, puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah menuntun dan membimbing saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Karya sederhana ini saya persembahkan untuk:

1. Kedua orangtua saya yang tercinta, Bapak Mualip dan Tri Relawati yang telah merawat, menjaga, dan membimbing saya. Terimakasih atas cinta dan kasih sayang yang sangat luar biasa yang Bapak Ibu berikan kepada saya. Semoga Bapak dan Ibu bisa sehat selalu sampai saya bisa membahagiakan Bapak dan Ibu.
2. Ibu tercinta, Almh Tri Astuti yang senantiasa menjadi inspirasi serta kekuatan dalam hidup saya untuk terus maju dan senantiasa berusaha.
3. Kakak serta adik saya yang luar biasa dan istimewa: Agus Nugroho dan Citra Nur Rachmawati yang terus mendorong saya untuk berusaha memberikan yang terbaik. Semoga kalian dapat meraih apa yang kalian cita-citakan. Terus berusaha dan jangan lupa berdoa.

**TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK YANG
MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA
DI SMA N 1 Jetis Bantul**

Oleh:
Bahtiar Wiwit Dwiyanto
12601244101

ABSTRAK

Penelitian ini disusun berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Jetis Bantul. Latar belakang dari penelitian ini adalah karena peneliti melihat banyaknya siswa yang kurang serius dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, kurang termotivasi untuk mengikuti ekstrakurikuler, kurang kerjasama antar anggota tim serta kurangnya rasa tanggung jawab ketika mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA Negeri 1 Jetis Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan datanya menggunakan angket kecerdasan emosional. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 105 peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga antara lain bolabasket, bola voli, dan futsal. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini adalah dengan mengambil data dari seluruh populasi peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga sejumlah 105 peserta didik. Uji reliabilitas instrumen menggunakan rumus *Alpha Cronbach* dan memperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0,839. Teknik analisis menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul.

Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh kesimpulan bahwa tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 peserta didik atau 2,3% , 24 peserta didik atau 23,3% memiliki kecerdasan emosional tinggi, 52 peserta didik atau 49,5% memiliki kecerdasan emosional sedang, 20 peserta didik atau 19,1% memiliki kecerdasan emosional rendah, sedangkan 6 peserta didik atau 5,8% kecerdasan emosional sangat rendah.

Kata kunci: *SMA N 1 Jetis Bantul, kecerdasan emosional, ekstrakurikuler*

KATA PENGANTAR

Segala puja dan puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan HidayahNya kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan proses penyusunan skripsi yang merupakan salah satu prasyarat untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan.

Disadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari adanya kerjasama dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan segenap kerendahan hati pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak berikut.

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., M.A. Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh pendidikan di FIK UNY.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY, yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes., Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga UNY yang merangkap sebagai Kaprodi PJKR yang telah memberikan izin dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Drs. Subagyo, M.Pd., Penasehat Akademik yang telah memberipengarahan dan motivasi.
5. Ibu Dra Sri Mawarti M.Pd., dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dan pemikirannya dalam membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini.

6. Semua dosen Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNY, terima kasih atas semua jasa Bapak dan Ibu dosen.
7. Bapak Drs Herman Priyana ., Kepala SMA N 1 Jetis Bantul yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
8. Bapak Drs. Bambang Yuwana, M.Pd, Wakil Kepala Sekolah bidang Kesiswaan SMA N 1 Jetis Bantul yang telah membantu dalam proses penelitian mulai dari observasi hingga selesai.
9. Bapak Much Kasmadi, S.Pd., guru mata pelajaran olahraga kelas XI, XII serta pelatih ekstrakurikuler olahraga SMA N 1 Jetis Bantul yang telah membantu dalam proses penelitian, serta memberikan respons positif terhadap penelitian ini.
10. Bapak Tri Giharto, S.Pd ., guru mata pelajaran olahraga kelas X, XI serta pelatih ekstrakurikuler olahraga SMA N 1 Jetis Bantul yang telah membantu dalam proses penelitian, serta memberikan respons positif terhadap penelitian ini.
11. Seluruh peserta didik kelas X, XI, XII SMA N 1 Jetis Bantul yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga antara lain bolabasket, bola voli, dan futsal yang dengan semangat membantu proses penelitian ini.
12. Teman-teman PJKR D 2012 yang telah mendorong saya untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
13. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu persatu yang telah memberikan kontribusinya dalam membantu pelaksanaan penelitian ini.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis akan mendapatkan kebaikan dari Allah SWT. Di akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak.

Yogyakarta, 14 Juli 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5

BAB II KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori	7
1. Kecerdasan Emosional	7
a. Pengertian Emosi	7
b. Bentuk-bentuk Emosi	8
c. Pengertian Kecerdasan Emosional	10
d. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional	12
e. Ciri-ciri Kecerdasan Emosional	15
2. Kegiatan Ekstrakurikuler	16
a. Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler	16
b. Fungsi dan Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler	18
c. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler	19
d. Keterlibatan Peserta didik dalam Kegiatan Ekstrakurikuler	20
e. Keterkaitan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga dengan Kecerdasan Emosional	21
3. Profil Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri 1 Jetis Bantul	22
4. Karakteristik Siswa SMA	23
B. Penelitian yang Relevan	25

C. Kerangka Berfikir.....	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	29
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
C. Populasi dan Sampel Penelitian	30
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	30
E. Teknik Pengumpulan Data.....	33
F. Teknik Analisis Data	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	36
1. Gambaran Tentang Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Jetis Bantul.....	36
2. Analisis Deskripsi Berdasarkan Masing-masing Faktor.....	37
B. Pembahasan	44
1. Faktor Mengenali Emosi.....	45
2. Faktor Mengelola Emosi.....	45
3. Faktor Memotivasi Diri Sendiri.....	47
4. Faktor Mengenali Emosi Orang Lain.....	47
5. Faktor Membina Hubungan.....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	51
B. Implikasi	51
C. Keterbatasan Penelitian	52
D. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA.....	54
LAMPIRAN	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Berdasarkan Kelas.....	3
Tabel 2. Sampel Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Berdasarkan Kelas.....	30
Tabel 3. Skor Alternatif Jawaban	31
Tabel 4. Interpretasi Nilai r	33
Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Penelitian Kecerdasan Emosional	34
Tabel 6. Pengkategorian Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul.....	35
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Kecerdasan Emosional Peserta Didik	36
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Faktor Mengenali Emosi Diri	38
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Faktor Mengelola Emosi	39
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Faktor Memotivasi Diri Sendiri.....	40
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Faktor Mengenali Emosi Orang Lain.....	42
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Faktor Membina Hubungan.....	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. GrafikTingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul	37
Gambar 2. Grafik Faktor Mengenali Emosi Diri.....	38
Gambar 3.Grafik Faktor Mengelola Emosi.....	39
Gambar 4. Grafik Faktor Memotivasi Diri Sendiri	41
Gambar 5. Grafik Faktor Mengenali Emosi Orang Lain	42
Gambar 6. Grafik Faktor Membina Hubungan	43

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian.....	58
Lampiran 2. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	59
Lampiran 3. Angket Ujicoba Penelitian.....	60
Lampiran 4. Data Uji Coba Penelitian.....	65
Lampiran 5. Angket Penelitian.....	66
Lampiran 6. Data Hasil Penelitian.....	70
Lampiran 7. Hasil Analisis Reliabilitas	75
Lampiran 8. Tabel Deskripsi Statistik	77
Lampiran 9. Tabel Distribusi Frekuensi	77
Lampiran 10. Foto Dokumentasi Penelitian di SMA N 1 Jetis Bantul.....	80

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pemahaman sejak dahulu bahwa kecerdasan intelektual (*IQ*) dianggap lebih penting dalam meraih kesuksesan di masa depan. Namun sebenarnya anggapan itu salah sebab sebenarnya *IQ* yang tinggi saja tidak cukup membuat seseorang itu menjadi sukses. Pada kenyataannya orang-orang yang memiliki *IQ* tinggi terkadang dikalahkan oleh orang-orang yang *IQ* memiliki rata-rata. Karena yang berpengaruh sebenarnya adalah *EQ* atau kecerdasan emosional, karena menyangkut kemampuan dalam mengendalikan emosi serta beradaptasi dengan lingkungan.

Siswa perlu memiliki *EQ* yang tinggi agar mampu mengelola emosinya dengan baik dan dapat mengendalikan stress yang dihadapinya sehingga memiliki kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan yang tidak berlebihan, hubungan dengan guru dan teman-teman pergaulannya juga terbina dengan baik sehingga akan mampu memaksimalkan hasil belajarnya. Individu dalam hal ini siswa agar dapat melaksanakan tugas, peranan dan tanggung jawabnya dengan baik dilingkungan tempatnya berada seperti halnya dilingkungan sekolah, dituntut untuk dapat bertingkah dan berperilaku menurut aturan, norma, hukum dan nilai-nilai yang berlaku sebagai cara untuk memperoleh penyesuaian bagi persoalan-persoalan hidup serta terciptanya penyesuaian diri dan sosial yang sehat. *EQ* memiliki peranan yang signifikan dalam mempengaruhi perilaku manusia termasuk pola perilaku siswa dalam penyesuaian sosial dilingkungan sekolah. Hal ini dikarenakan masa remaja khususnya saat berada di bangku SMA adalah masa yang menyenangkan bagi setiap individu. Biasanya pada masa tersebut seseorang

akan melakukan berbagai kegiatan diantaranya mengeksplorasi diri, meningkatkan potensi diri untuk menemukan jati diri yang kelak berguna ketika siswa tumbuh dewasa. Seiring perkembangan usia dan pendidikan, kegiatan sosial dan kegiatan kemanusiaan semakin berkurang karena banyak kegiatan yang sering dilakukan sehari-hari bahkan dari Senin hingga Sabtu yakni bersekolah. Oleh karena itu siswa memerlukan kegiatan lain yang dapat menghilangkan rasa penat setelah sehari-hari belajar sekaligus menyalurkan hobi mereka. Kegiatan tersebut salah satunya adalah melalui ekstrakurikuler.

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang dapat dilakukan adalah yang bersifat keolahragaan. Nilai-nilai yang ada pada aktivitas olahraga dan permainan yang belum tercapai di dalam pembelajaran penjasorkes diharapkan dapat tercapai di dalam kegiatan ekstrakurikuler. Melalui aktivitas olahraga dan permainan tersebut peserta didik akan belajar bekerja sama dan bersikap sportif, disiplin, tanggung jawab, *fairplay*, dan sebagainya.

Salah satu bentuk kegiatan olahraga dan permainan yang dapat mewakili hal tersebut adalah olahraga yang dilakukan secara kelompok atau beregu, seperti sepakbola, bolabasket, futsal, bola voli dan lain-lain. Kegiatan-kegiatan tersebut mampu mengembangkan bentuk kerjasama dan komunikasi, sehingga kental dengan nuansa sosial. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga tidak hanya baik untuk mengembangkan aspek fisik saja akan tetapi baik juga untuk perkembangan aspek sosial dan emosional siswa. Dengan adanya kegiatan ekstrakurikuler olahraga diharapkan siswa mampu mengendalikan emosinya dengan baik. Hal inilah yang diharapkan tumbuh pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul. Dari beberapa

cabang olahraga tersebut, dapat dilihat jumlah populasinya pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Populasi Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri 1 Jetis Bantul

No	Jenis Ekstrakurikuler	Peserta		Jumlah
		Kelas X	Kelas XI	
1.	Bolabasket	34	13	47
2.	Bolavoli	25	19	44
3.	Futsal	7	7	14
JUMLAH				105

Permasalahan yang ditemukan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang berada di SMA N 1 Jetis Bantul berdasarkan pengamatan langsung, wawancara dengan guru penjas dan masing-masing dari pelatih ekstrakurikuler olahraga adalah masih terdapat peserta didik yang kurang peduli dengan lingkungan sekitar.

Olahraga yang seharusnya mementingkan kebersamaan dan kerjasama antar anggota tim masih belum terlihat menonjol dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul. Sebagai contoh belum adanya tanggung jawab bersama terhadap fasilitas yang digunakan seperti saling perintah untuk mengembalikan bola, *net* voli ke gudang, lebih memikirkan diri sendiri ketimbang kelompok yakni kedatangan pada saat latihan tidak tepat waktu atau terlambat bahkan tidak berangkat latihan dengan berbagai alasan ada kegiatan pribadi yang tidak jelas, kurangnya motivasi dalam latihan yang terlihat ketika sedang melakukan latihan mereka memilih diam dan kurang termotivasi mengungkapkan kesulitannya, menunjukkan rasa kurang percaya diri seperti ragu dalam mengambil keputusan, kurangnya kerjasama dalam tim seperti komunikasi yang kurang mengakibatkan seringnya kesalahpahaman antar anggota tim sehingga permainan menjadi tidak sesuai dengan arahan pelatih. Selain itu juga ketika

mengikuti turnamen olahraga, pemain terlalu mudah terpancing emosinya hanya karena hal-hal yang sepele, seperti halnya permainan keras lawan, kalah dalam perebutan bola, dan lain sebagainya. Ini menunjukkan bahwa aspek emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga masih perlu ditingkatkan lagi.

Dengan adanya permasalahan-permasalahan tersebut serta dalam kaitan pentingnya kegiatan ekstrakurikuler untuk tingkat kecerdasan emosional pada diri siswa, penulis tertarik untuk meneliti lebih mendalam mengenai tingkat kecerdasan emosional siswa peserta ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul. Agar dapat menjadi acuan bagi guru untuk mengevaluasi proses pembelajaran sehingga siswa dapat memiliki kecerdasan emosional yang tinggi agar mampu mengelola emosinya dengan baik dan dapat mengendalikan stress yang dihadapinya sehingga memiliki kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan yang tidak berlebihan, hubungan dengan guru dan teman-teman pergaulannya juga terbina dengan baik sehingga akan mampu memaksimalkan hasil belajarnya.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yang muncul antara lain:

1. Kurangnya rasa bertanggung jawab terhadap tim maupun fasilitas yang digunakan saat mengikuti ekstrakurikuler.
2. Kurangnya komunikasi antar anggota tim dan kurang bekerjasama dalam tim saat mengikuti ekstrakurikuler.
3. Kurangnya motivasi dalam latihan dan kurang rasa percaya diri saat

mengikuti ekstrakurikuler.

4. Belum diketahuinya tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul.

C. Batasan masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian ini, maka dibuat batasan masalah. Permasalahan dalam penelitian ini akan membahas tentang “Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul”.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan pembatasan masalah tersebut di atas, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Seberapa Besar Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul?”

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Dapat mengetahui Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul.

2. Secara praktis

- a. Bagi sekolah yang bersangkutan, dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan mutu dan kualitas peserta didiknya.
- b. Bagi guru, sebagai data untuk mengevaluasi terhadap pembelajaran.
- c. Bagi peserta didik, dapat digunakan sebagai tolak ukur dalam mengetahui kemampuan dirinya sendiri.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

a. Pengertian Emosi

Emosional berasal dari kata Emosi, diartikan sebagai (a) suatu kecenderungan sikap untuk melihat atau menafsirkan sesuatu yang dapat dilihat oleh indra mata atau fakta-fakta, (b) kondisi perasaan yang berubah disertai perubahan-perubahan emosi terutama perubahan yang menimbulkan suatu gambaran yang bersifat khusus dan dapat disaksikan dari luar (Sudarsono, 1993:118).

Menurut Dreven J, (1989, 133-134) menyatakan emosional menyangkut atau disebabkan oleh emosi, dipakai dalam pengertian teknis: (a) untuk suatu bias kecenderungan yang disebabkan *attitude* (sikap) yang emosional dalam melihat atau menafsirkan fakta (b) untuk ekspresi yang menunjukkan berbagai perubahan motor dan kelenjar yang menyertai rangsangan emosional terutama yang menimbulkan suatu gambaran yang sedikit banyak bersifat khusus dan dapat diamati dari luar, (c) untuk patten atau pola dalam pengertian yang praktis sama akan tetapi dengan tekanan khusus atau kondisi tertentu yang berkaitan dengan kondisi perasaan.

Menurut Daniel Goleman (1996: 411) dalam bukunya *Emotional Intelligence*. Mendefinisikan kata emosi dengan "setiap kegiatan atau pengolahan pikiran, perasaan, nafsu, setiap keadaan mental yang hebat atau meluap-luap". Emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk

bertindak. Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008: 389) mendefinisikan bahwa emosi adalah perasaan batin yang kuat atau keadaan dan reaksi psikologis dan fisiologis (seperti kegembiraan, kesedihan, keharusan, kecintaan, keberanian yang bersifat subjektif). Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan untuk melakukan tindakan dalam mengatasi suatu masalah yang ketika itu sedang dihadapi.

b. Bentuk-Bentuk Emosi

Emosi merupakan warna afektif yang menyertai setiap keadaan atau perilaku individu. Warna afektif adalah perasaan-perasaan tertentu yang dialami pada saat menghadapi suatu situasi tertentu. Contoh yaitu gembira, bahagia, putus asa, terkejut atau benci. Goleman (1996: 411 - 412) menggolongkan bentuk emosi sebagai berikut:

- 1) Amarah: beringas, mengamuk, benci, marah besar, jengkel, kesal hati, terganggu, tersinggung, bermusuhan, dan yang paling hebat adalah tindakan kekerasan dan kebencian patologis;
- 2) Kesedihan: pedih, muram, suram, melankolis, megasihi diri, kesedihan, ditolak, dan depresi berat;
- 3) Rasa takut: takut, gugup, khawatir, was-was, perasaan takut sekali, khawatir, waspada, tidak senang, ngeri, takut sekali, fobia dan panik;
- 4) Kenikmatan: bahagia, gembira, puas, terhibur, bangga, takjub, terpesona, senang sekali dan manis;
- 5) Cinta: persahabatan, penerimaan, kepercayaan, kebaikan hati, rasa dekat, bakti, hormat, dan kasmaran;
- 6) Terkejut: terpana dan takjub;

- 7) Jengkel: hina, jijik, muak, benci;
- 8) Malu: rasa bersalah, malu hati, kesal hati, sesal, hina, aib, dan hati hancur lebur.

Seperti yang telah diuraikan diatas, bahwa semua emosi menurut Goleman pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Jadi berbagai macam emosi itu mendorong individu untuk memberikan respon atau bertindak laku terhadap stimulus yang ada. Dalam *the Nicomachea Ethics* pembahasan Aristoteles secara filsafat tentang kebajikan, karakter dan hidup yang benar, tantangannya adalah menguasai kehidupan emosional kita dengan kecerdasan. Nafsu, apabila dilatih dengan baik akan memiliki kebijaksanaan; nafsu membimbing pemikiran, nilai, dan kelangsungan hidup kita. Tetapi, nafsu dapat dengan mudah menjadi tak terkendalikan, dan hal itu seringkali terjadi. Menurut Aristoteles, masalahnya bukanlah mengenai emosionalitas, melainkan mengenai keselarasan antara emosi dan cara mengekspresikan (Goleman, 2002 :16).

Menurut Mayer (Goleman, 2002 : 65) orang cenderung menganut gaya-gaya khas dalam menangani dan mengatasi emosi mereka, yaitu: sadar diri, tenggelam dalam permasalahan, dan pasrah. Dengan melihat keadaan itu maka penting bagi setiap individu memiliki kecerdasan emosional agar menjadikan hidup lebih bermakna dan tidak menjadikan hidup yang di jalani menjadi sia-sia.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa emosi adalah suatu perasaan (afek) yang mendorong individu untuk merespon atau bertindak laku terhadap stimulus, baik yang berasal dari dalam maupun dari luar dirinya. Semua emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak. Jadi berbagai macam

emosi itu mendorong individu untuk memberikan respon atau bertindak laku terhadap stimulus yang ada.

c. Pengertian Kecerdasan Emosional

Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali dilontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menerangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan. Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut *EQ* sebagai: “himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan.” (Shapiro, 1998:8).

Kecerdasan emosional sangat dipengaruhi oleh lingkungan, tidak bersifat menetap, dapat berubah-ubah setiap saat. Untuk itu peranan lingkungan terutama orang tua pada masa kanak-kanak sangat mempengaruhi dalam pembentukan kecerdasan emosional.

Keterampilan *EQ* bukanlah lawan keterampilan *IQ* atau keterampilan kognitif, namun keduanya berinteraksi secara dinamis, baik pada tingkatan konseptual maupun di dunia nyata. Selain itu, *EQ* tidak begitu dipengaruhi oleh faktor keturunan. (Shapiro, 1998-10).

Menurut Robert K. Cooper dan Ayman Sawaf dalam Al. Tridhonanto (2010: 8) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif mengaplikasikan kekuatan secara kecerdasan emosi sebagai sebuah energi manusia, informasi, hubungan dan pengaruh.

Pendapat lain dikemukakan oleh Daniel Goleman (1999:512) yang mendefinisikan bahwa kecerdasan emosional atau *Emotional Intelligence* (EI) merujuk pada kemampuan mengenali perasaan sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain.

Sebuah model pelopor lain tentang kecerdasan emosional diajukan oleh Bar-On pada tahun 1992 seorang ahli psikologi Israel, yang mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kemampuan pribadi, emosi dan sosial yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk berhasil dalam mengatasi tuntutan dan tekanan lingkungan (Goleman, 2000 :180).

Gardner dalam bukunya yang berjudul *Frame Of Mind* (Goleman, 2000 : 50-53) mengatakan bahwa bukan hanya satu jenis kecerdasan yang monolitik yang penting untuk meraih sukses dalam kehidupan, melainkan ada spektrum kecerdasan yang lebar dengan tujuh varietas utama yaitu linguistik, matematika/logika, spasial, kinestetik, musik, interpersonal dan intrapersonal. Kecerdasan ini dinamakan oleh Gardner sebagai kecerdasan pribadi yang oleh Daniel Goleman disebut sebagai kecerdasan emosional. Kecerdasan pribadi terdiri dari kecerdasan antar pribadi yaitu kemampuan untuk memahami orang lain, apa yang memotivasi, bagaimana bekerja, bagaimana bekerja bahu membahu dengan kecerdasan. Sedangkan kecerdasan intra pribadi adalah kemampuan yang korelatif, tetapi terarah ke dalam diri. Kemampuan tersebut adalah kemampuan membentuk suatu model diri sendiri yang teliti dan mengacu pada diri serta kemampuan untuk menggunakan modal tadi sebagai alat untuk menempuh kehidupan secara efektif (Goleman, 2002 : 52).

Dalam rumusan lain, Gardner menyatakan bahwa inti kecerdasan antar pribadi itu mencakup kemampuan untuk membedakan dan menanggapi dengan tepat suasana hati, temperamen, motivasi dan hasrat orang lain. Dalam kecerdasan antar pribadi yang merupakan kunci menuju pengetahuan diri, ia mencantumkan akses menuju perasaan-perasaan diri seseorang dan kemampuan untuk membedakan perasaan-perasaan tersebut serta memanfaatkannya untuk menuntun tingkah laku (Goleman, 2002 : 53).

Berdasarkan kecerdasan yang dinyatakan oleh Gardner tersebut, Salovey (Goleman, 2000:57) memilih kecerdasan interpersonal dan kecerdasan intrapersonal untuk dijadikan sebagai dasar untuk mengungkap kecerdasan emosional pada diri individu. Menurutnya kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain (empati) dan kemampuan untuk membina hubungan (kerjasama) dengan orang lain.

Menurut Goleman (2002:512), kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur kehidupan emosinya dengan inteligensi (*to manage our emotional life with intelligence*); menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial.

Berdasarkan teori-teori di atas dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan mengendalikan perasaan dan emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain yang terlihat dari kecenderungan seseorang dalam bertindak dan berhubungan dengan orang lain.

d. Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Menurut Salovey (Goleman, 2000: 57-59) membagi kecerdasan emosional ini menjadi lima wilayah utama sebagaimana dijelaskan berikut ini.

1) Mengenali Emosi Diri

Kesadaran diri mengenali perasaan waktu perasaan itu terjadi, dan kemampuan mengenali emosi diri ini merupakan dasar kecerdasan emosional. Ahli psikologi menyebut kesadaran ini sebagai *metamood* yaitu kesadaran diri seseorang akan emosinya sendiri. Banyak ahli percaya bahwa kesadaran diri dapat dilatih kepada anak, sejak usia dini anak dapat belajar menganalisa perasaannya sendiri. Melatih anak untuk mampu menganalisa perasaan yang dirasakannya sejak usia dini dan mengenali penyebab terjadinya perasaan yang dirasakan merupakan langkah penting untuk meningkatkan kecerdasan emosional.

2) Mengelola Emosi

Mengelola emosi yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat. Kemampuan mengelola emosi disini merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan perasaannya sendiri sehingga tidak menolak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilakunya secara wajar.

3) Memotivasi Diri Sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan merupakan hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, memotivasi diri sendiri, menguasai diri sendiri dan berkreasi. Orang-orang yang memiliki kemampuan memotivasi diri sendiri cenderung jauh lebih produktif dan

efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.

4) Mengenal Emosi Orang Lain

Mengenal emosi orang lain merupakan untuk membaca perasaan orang lain yang ditampakkannya melalui isyarat-isyarat yang ditangkap. Ciri orang yang mampu mengendalikan emosi orang lain adalah mampu berempati. Empati diartikan sebagai kemampuan yang bergabung pada kesadaran diri yang merupakan keterampilan bergaul dasar. Individu yang memiliki empati tinggi lebih mampu untuk menangkap sinyal-sinyal yang dibutuhkan atau dikehendaki oleh orang lain.

5) Membina Hubungan

Membina hubungan dengan orang lain adalah keterampilan-keterampilan untuk berhubungan dengan orang lain yang merupakan kecakapan emosional yang mendukung keberhasilan dalam bergaul dengan orang lain. Keterampilan membina hubungan merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan. Individu yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang berhubungan dengan pergaulan interaksi dengan orang lain.

Sedangkan Daniel Goleman(2002:513-514)sendiri dalam bukunya *KecerdasanEmosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*.Membagi kecerdasan emosi dansosial dalam lima kecakapan yang dijelaskan berikut ini.

- 1) *Kesadaran diri*: Mengetahui apa yang di rasakan pada suatu saat,dan memggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

- 2) *Pengaturan diri*: Mengangani emosi kita sedemikian sehinggaberdampak positif kepada pelaksanaan tugas; peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran; mampu pulih kembali dari tekanan emosi.
- 3) *Motivasi*: Menggunakan hasrat kita yang paling dalam untukmenggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran; membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.
- 4) *Empati*: Merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampumemahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.
- 5) *Keterampilan sosial*: Menangani emosi dengan baik ketikaberhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dan jaringan sosial; berinteraksi dengan lancar; menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk mempengaruhi dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerja sama dan bekerja dalam tim.

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kecerdasan emosional adalah kemampuan memahami dan mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, memahami emosi orang lain, dan keterampilan menjalin hubungan dengan orang lain.

e. Ciri Kecerdasan Emosional

Menurut Al. Tridhonanto (2010: 42-43) ciri-ciri remaja yang memiliki

kecerdasan emosional adalah sebagai berikut:

1. Pandai mengendalikan diri, bisa dipercaya, mampu beradaptasi.
2. Memiliki sikap empati, bisa menyelesaikan konflik, dan bisa bekerja sama dalam tim.
3. Mampu bergaul dan membangun persahabatan.
4. Mampu mempengaruhi orang lain.
5. Berani mengungkapkan cita-cita, dengan dorongan untuk maju dan optimis.
6. Mampu berkomunikasi.
7. Memiliki sikap percaya diri.
8. Memiliki motivasi diri untuk menyambut tantangan yang menghadang.
9. Mampu berekspresi dengan kreatif dan inisiatif serta berbahasa lancar.
10. Menyukai terhadap pengalaman yang baru.
11. Memiliki sikap dan sifat perfeksionis dan teliti.
12. Memiliki rasa ingin tahu yang besar.
13. Memiliki rasa humor.
14. Menyenangi kegiatan berorganisasi dengan aktivitasnya sertamampu mengatur diri sendiri.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa remaja yang memiliki kecerdasan emosional yang baik adalah remaja yang mampu dapat mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan sesama remaja.

B. Kegiatan Ekstrakurikuler

a. Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler

Tri Ani Hastuti (2008: 63), ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan untuk memantapkan kepribadian siswa. Kegiatan ekstrakurikuler tersebut memperoleh manfaat dan nilai-nilai luhur yang terkandung dalam kegiatan yang diikuti.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pengayaan dan perbaikan yang berkaitan dengan program kokurikuler dan intrakurikuler. Kegiatan ini dapat dijadikan sebagai wadah bagi peserta didik yang memiliki minat mengikuti kegiatan tersebut. Melalui bimbingan dan pelatihan guru, kegiatan ekstrakurikuler dapat membentuk sikap positif terhadap kegiatan yang diikuti oleh para peserta didik.

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang Pembinaan Kepesertadidikan (2008: 4), kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu jalur pembinaan kepesertadidikan. Kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti dan dilaksanakan oleh peserta didik baik di sekolah maupun di luar sekolah, bertujuan agar peserta didik dapat memperkaya dan memperluas diri. Memperluas diri ini dapat dilakukan dengan memperluas wawasan pengetahuan dan mendorong pembinaan sikap dan nilai-nilai.

Pengertian ekstrakurikuler menurut Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa (2002: 291) yaitu suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis di dalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler ini dilaksanakan di luar jam pelajaran wajib. Kegiatan ini memberikan keleluasaan kepada peserta didik untuk menentukan kegiatan sesuai dengan bakat dan minat mereka.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antar mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya. Kegiatan ini dilakukan berkala atau hanya dalam waktu-waktu tertentu dan ikut dinilai (Yudha M. Saputra, 1998: 6).

Berdasarkan penjelasan tentang ekstrakurikuler tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran yang dilakukan baik di sekolah ataupun di luar sekolah yang bertujuan untuk memperdalam dan memperkaya pengetahuan peserta didik, mengenal hubungan antar berbagai pelajaran, serta menyalurkan bakat dan minat.

b. Fungsi dan Tujuan Ekstrakurikuler

Fungsi kegiatan ekstrakurikuler yang dijelaskan oleh MumuhSumarna (2006: 10) yaitu: “Kegiatan ekstrakurikuler yang dimaksudkan untuk lebih mengaitkan antara pengetahuan yang diperoleh dalam program kurikulum dengan keadaan dan kebutuhan lingkungan”.

Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 39 Tahun 2008 tentang pembinaan kepeserta didikan (2008: 4), pembinaan kepeserta didikan memiliki tujuan sebagaimana dijelaskan berikut ini:

- 1) Mengembangkan potensi peserta didik secara optimal dan terpadu yang meliputi bakat, minat, dan kreativitas.
- 2) Memantapkan kepribadian peserta didik untuk mewujudkan ketahanan sekolah sebagai lingkungan pendidikan sehingga terhindar dari usaha dari pengaruh negatif dan bertentangan dengan tujuan pendidikan.

- 3) Mengaktualisasi potensi peserta didik dalam pencapaian potensi unggulan sesuai bakat dan minat.
- 4) Menyiapkan peserta didik agar menjadi warga masyarakat yang berakhlak mulia, demokratis, menghormati hak-hak asasi manusia dalam rangka mewujudkan masyarakat mandiri (*civil society*).

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan kegiatan ekstrakurikuler adalah untuk kepentingan peserta didik, dengan kata lain kegiatan ekstrakurikuler memiliki nilai-nilai pendidikan bagi peserta didik dalam upaya pembinaan manusia seutuhnya.

c. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler

Kegiatan ekstrakurikuler tentu berbeda-beda jenisnya, karena banyak hal yang memang berkaitan dengan kegiatan peserta didik selain dari kegiatan inti. Dengan beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang ada, peserta didik dapat memilih kegiatan yang sesuai dengan kemampuan dan minat masing-masing. Beberapa jenis kegiatan ekstrakurikuler yang diprogramkan di sekolah dijelaskan oleh Departemen Pendidikan dan Kebudayaan (1993: 3) sebagai berikut:

- 1) Pendidikan kepramukaan
- 2) Pasukan Pengibar Bendera (PASKIBRA)
- 3) Palang Merah Remaja (PMR)
- 4) Pasukan Keamanan Sekolah (PKS)
- 5) Gema Pencinta Alam
- 6) Filateli
- 7) Koperasi Sekolah
- 8) Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)

9) Kelompok Ilmiah Remaja (KIR)

10) Olahraga

11) Kesenian

Kegiatan ekstrakurikuler tersebut berbeda-beda sifatnya, ada yang bersifat sesaat dan ada pula yang berkelanjutan. Kegiatan yang bersifat sesaat seperti karyawisata dan bakti sosial, itu hanya dilakukan pada waktu sesaat dan alokasi waktu yang terbatas sesuai dengan kebutuhan, sedangkan yang sifatnya berkelanjutan maksudnya kegiatan tersebut tidak hanya untuk hari itu saja, melainkan kegiatan tersebut telah diprogramkan sedemikian rupa sehingga dapat diikuti terus sampai selesai kegiatan sekolah.

d. Keterlibatan Peserta Didik dalam Kegiatan Ekstrakurikuler

Keaktifan dan keterlibatan peserta didik dalam suatu organisasi atau kegiatan yang diikutinya merupakan gambaran perkembangan sosial peserta didik tersebut. Roni Nasrudin (2010: 18), menjelaskan bahwa karakteristik peserta didik remaja yang mengikuti kelompok/karakteristik peserta didik aktifis sekurang-kurangnya memiliki hal-hal berikut ini

1. Keikutsertaan atau keterlibatan pada salah satu organisasi dalam hal ini adalah salah satu unit kegiatan ekstrakurikuler.
2. Adanya peranan peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler, meliputi posisi mereka dalam struktur berorganisasi dan tanggung jawab serta loyalitas terhadap kegiatan.
3. Adanya tujuan yang jelas dalam kegiatan ekstrakurikuler, baik tujuan yang bersifat kepentingan pribadi, sosial maupun akademis.
4. Adanya manfaat yang mereka rasakan dari kegiatan yang mereka ikuti,

baik manfaat yang bersifat pribadi, sosial maupun akademis.

5. Adanya dukungan dalam keikutsertaan peserta didik pada kegiatan yang mereka diikuti, baik itu dukungan diri sendiri, guru, maupun teman.
6. Adanya prestasi yang pernah diraih.

Sekolah SMA N Jetis Bantul mempunyai berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang dapat dijadikan sebagai tempat mengembangkan minat dan bakat peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler yang terdapat di SMA N 1 Depok Sleman antara lain: kategori non olahraga terdiri dari ekstrakurikuler Komputer, Rohis, Teater/Drama, Olimpiade Matematika, Olimpiade Fisika, Olimpiade Biologi, Olimpiade Astronomi, Seni Baca Al-Quran, Seni Tari, Seni Musik, Debat Bahasa Inggris, Keroncong, PMR, dan Jurnalistik. Sedangkan kategori olahraga terdiri dari Bolabasket, Bola Voli, dan Futsal. Melalui kegiatan ekstrakurikuler ini, peserta didik SMA N 1 Jetis Bantul banyak mendapatkan prestasi yang membanggakan baik di tingkat regional maupun nasional.

e. Keterkaitan Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga dengan Kecerdasan Emosional

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga tidak lepas dari nilai-nilai berorientasi pendidikan dalam kegiatannya juga menekankan pada pembentukan emosi peserta didik sehingga diharapkan melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga ini dapat menekan angka terjadinya kegiatan negatif yang dilakukan oleh peserta didik.

Dalam hal ini pula olahraga merupakan kegiatan yang digemari oleh remaja putra maupun remaja putri. Dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga banyak sekali hal-hal yang bisa dikembangkan.

Kegiatan olahraga memberi motivasi dan memusatkan

perhatian pada sasaran yang jelas dan dapat dikelola. Hurlock (1993: 30) menyebutkan bahwa permainan yang mampu mengembangkan kecerdasan emosional adalah pola permainan yang bernuansa sosial seperti olahraga beregu karena di dalam olahraga beregu melibatkan orang lain atau teman secara penuh. Selain itu juga Gunarsa (2004: 20) mengatakan bahwa olahraga seperti bulu tangkis, tenis, tenis meja, voli dan basket dapat mengembangkan kecerdasan emosi. Sharon dan Kassin (dalam Gunarsa, 2004: 22) juga memasukan olahraga sebagai cara melatih kecakapan emosi, dengan alasan kegiatan olahraga membermotivasi dan memusatkan perhatian pada sasaran yang jelas dan dapat dikelola.

Penelitian Mahoney (2006) dalam Tarmidi (2012:89) pada remaja putri berumur 14 tahun yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga, menunjukkan bahwa:

Kecerdasan emosional remaja tersebut dapat berubah tergantung dari pengalaman yang didapatnya. Kecerdasan emosional yang rendah atau negatif ditemukan ketika remaja tersebut merasakan stres saat dia harus menguasai teknik olahraga yang sempurna (*intrapersonal*), saat mengikuti suatu kompetisi (*situational*) serta disaat mendengar penilaian yang negatif dari pembimbingnya (*significant other*). Tetapi kecerdasan emosional remaja tersebut dinilai mengalami peningkatan atau positif saat dia senang karena berhasil menguasai teknik yang susah (*intrapersonal*), menang dalam sebuah kompetisi (*situational*) dan mendapatkan pujian serta teman-teman baru disaat berkompetisi (*significant other*).

Permainan bernuansa sosial ini tidak dapat dipungkiri lagi memberikan sumbangsih langsung pada pembentukan karakter siswa yang mengikutinya. Dengan kata lain, kegiatan ekstrakurikuler olahraga dapat diasumsikan mempunyai hubungan dengan kecerdasan emosional.

C. Profil Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri 1 Jetis Bantul

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang dilaksanakan diluar jam pelajaran di

SMA N 1 Jetis Bantul telah diprogramkan oleh sekolah. Kegiatan tersebut diprogramkan untuk seluruh siswa putra maupun putri kelas X, XI, dan XII yang terdaftar sebagai siswa SMA N 1 Jetis Bantul. Namun siswa kelas XII tidak diwajibkan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler karena lebih diprioritaskan untuk prestasi dalam akademik, mengingat siswa kelas XII lebih berkonsentrasi dalam persiapan menghadapi Ujian Akhir Nasional.

Cabang olahraga terdapat pada ekstrakurikuler Bolabasket, Futsal, dan Bolavoli. Ekstrakurikuler olahragadi SMA N 1 Jetis Bantul diikuti oleh kelas X dan XI yang berjumlah 105 anak pada tahun 2015/2016. Sarana dan prasarana penunjang ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul meliputi: bola basket, bola sepak, bola voli, bola futsal, *net* voli, gawang, ring basket, lapangan futsal, lapangan voli, lapangan basket, dan seragam.

D. Karakteristik Siswa SMA

Siswa pada Sekolah Menengah Atas (SMA) merupakan individu yang masih dalam masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga mereka memiliki karakteristik yang sangat unik. Pada masa ini pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi baik fisik maupun psikis belangsung secara cepat. Usia anak SMA yang secara umum berada pada rentang 15 sampai 18 tahun masih tergolong dalam masa remaja. Kemampuan atau karakteristik siswa SMA menurut Sukintaka (1991: 66 - 67) adalah sebagai berikut:

a. Karakteristik Jasmani

- 1) Kekuatan otot dan daya tahan otot berkembang dengan baik
- 2) Senang terhadap keterampilan yang baik bahkan mengarah kepada gerak akrobatik
- 3) Anak laki-laki keadaan jasmaninya sudah cukup matang

- 4) Anak putri proporsi tubuhnya makin menjadi baik
- 5) Mampu menggunakan energi dengan baik
- 6) Mampu membangun kemauan dengan sangat mengagumkan

b. Karakteristik Psikis atau Mental

- 1) Banyak memikirkan dirinya sendiri
- 2) Mental menjadi stabil dan matang
- 3) Membutuhkan pengalaman dari segala segi
- 4) Sangat senang terhadap hal-hal ideal dan senang sekali memutuskan masalah sebagai berikut: Pendidikan, perkawinan, pekerjaan, peristiwa dunia dan politik serta kepercayaan.

c. Karakteristik Sosial

- 1) Sadar dan peka terhadap lawan jenis
- 2) Lebih bebas
- 3) Berusaha lepas dari lingkungan orang dewasa
- 4) Senang dengan masalah perkembangan social
- 5) Senang kebebasan diri dan berpetualang
- 6) Tidak senang dengan persyaratan-persyaratan yang diberikan orang tua kepadanya.
- 7) Sadar untuk berpenampilan lebih baik dan cara rapi dan baik
- 8) Pandangan kelompoknya sangat menentukan sikap pribadi

Watherington membagi masa remaja menjadi dua fase, yaitu masa remaja awal atau “pre adolescence” yang berkisar antara usia 12-15 tahun dan masa remaja akhir atau “late adolescence” yang berkisar antara usia 15-18 tahun. Menurut Abu Ahmadi dan Munawar Sholeh (2005: 42-45) menyatakan bahwa masa remaja masih diperinci lagi atas beberapa masa, yaitu: (1) masa remaja awal atau masa praremaja, (2) masa remaja madya atau bisa disebut masa remaja, dan (3) masa remaja akhir.

a. Masa Pra-Remaja

Masa ini ditandai oleh sifat-sifat negatif. Beberapa gejala yang bisa dianggap gejala negatif pada mereka ialah antara lain tidak tenang, kurang suka bekerja, kurang suka bergerak, lekas lemah. Sifat-sifat negatif itu dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Negatif dalam prestasi, baik prestasi jasmani maupun prestasi mental.
- 2) Negatif dalam sikap sosial, baik dalam bentuk menarik diri dari masyarakat, maupun bentuk agresif terhadap masyarakat.

b. Masa Remaja

Pada masa ini remaja mengalami goncangan batin, sebab dia tidak mau lagi menggunakan sikap dan pedoman hidup kanak-kanaknya, tetapi belum mempunyai pedoman yang baru.

c. Masa Remaja Akhir

Pada dasarnya sudah dapat menentukan pendirian hidupnya dan masuk dalam masa dewasa awal.

Berdasarkan klasifikasi di atas siswa SMA berada pada tahap menuju kematangan. Dimana seluruh organ tubuhnya akan berfungsi secara optimal sebagai mana tubuh manusia dewasa. Secara psikologis siswa SMA berada pada masa peralihan, yang sering terjadi gejolak. Mereka akan dihadapkan pada pencarian jati diri sebagai orang dewasa.

E. Penelitian yang Relevan

Penelitian relevan dengan perbandingan tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga dengan yang tidak

mengikuti ekstrakurikuler yang pernah dilakukan adalah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo Putra Syaeli (2015) yang berjudul Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA N 1 Depok Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan datanya menggunakan angket kecerdasan emosional yang terdiri dari 28 pernyataan meliputi aspek mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, faktor mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 50 peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling* sehingga didapatkan jumlah sampel peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket sejumlah 36 peserta didik. Analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif kuantitatif. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh kesimpulan bahwa tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMA N 1 Depok Sleman berada pada kategori sangat tinggi sebanyak 3 atau 8,3%, kategori tinggi sebanyak 6 atau 16,7%, kategori sedang sebanyak 17 atau 47,2%, kategori rendah sebanyak 7 atau 19,4%, kategori sangat rendah sebanyak 3 atau 8,3%.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Dion Prasetyo (2015) yang berjudul tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu di SMA N 1 Karanganyar Kebumen. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan teknik pengumpulan datanya menggunakan angket kecerdasan emosional yang terdiri dari 26 pernyataan meliputi aspek mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi

diri sendiri, faktor mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 127 peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *proporsional Sampling* sehingga didapatkan jumlah sampel peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket sejumlah 40 peserta didik. Analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif kuantitatif. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh kesimpulan bahwa tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu di SMA N 1 Karanganyar Kebumen berada pada kategori Sangat Tinggi sebanyak 3 atau 7,5%; kategori Tinggi sebanyak 10 atau 25%; kategori Sedang sebanyak 19 atau 47,5%; kategori Rendah sebanyak 5 atau 12,5%; dan kategori Sangat Rendah sebanyak 3 atau 7,5%.

F. Kerangka Berpikir

Keberhasilan peserta didik untuk mencapai kesuksesan bukan saja dari kecerdasan intelektual, tetapi juga oleh kecerdasan yang lain salah satunya adalah kecerdasan emosional. Kecerdasan intelektual hanya menyumbangkan 20% untuk kesuksesan seseorang dan selebihnya disumbangkan oleh kecerdasan emosional yakni 80%. Kecerdasan emosional meliputi beberapa faktor, diantaranya faktor mengenali emosi diri dengan indikator: mengenal dan merasakan emosi diri sendiri, memahami sebab perasaan yang timbul; faktor mengelola emosi dengan indikator: mampu mengendalikan emosi ketika sedang malas, memiliki kemampuan untuk mengelola emosi; faktor memotivasi diri sendiri dengan indikator: bersikap optimis, kemampuan untuk mencapai prestasi; faktor mengenali emosi orang lain dengan indikator: kemampuan individu untuk

berempatik, memahami ekspresi orang lain terhadap suatu peristiwa; dan faktor membina hubungan dengan indikator: mampu menyelesaikan masalah dengan teman dan antar teman, mudah bergaul dengan teman dan orang lain, memiliki perhatian terhadap kepentingan orang lain, bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama.

Banyak sekali cara untuk meningkatkan kecerdasan emosional peserta didik salah satunya adalah mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga. Olahraga (*sport*) merupakan salah satu bentuk olahraga yang dapat mengembangkan keterampilan sosial seseorang hal ini dikarenakan olahraga akan membentuk sebuah situasi sosial yang dapat memberikan kesempatan kepada individu untuk berinteraksi dengan orang lain dan secara tidak langsung peserta didik akan memperoleh nilai-nilai yang terkandung di dalam olahraga tim seperti kerjasama tim, disiplin, kesabaran, dan tanggung jawab. Hal ini menunjukkan bahwa olahraga memberikan ruang pada individu untuk berinteraksi secara langsung dan berkelanjutan, baik dengan rekan maupun lawan. Berdasarkan fenomena tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survey, sehingga dalam penelitian tidak memerlukan perumusan hipotesis. Karena tujuan penelitian ini hanya untuk mengetahui Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul. Pengukuran gejala yang akan diteliti yaitu berdasarkan fakta yang ada dalam diri responden.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Menghindari kesalahan dalam penelitian ini, perlu diketahui terlebih dahulu batasan operasional variabel penelitian. Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat kecerdasan emosional (*EQ*) yang merujuk pada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain pada peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Kecerdasan Emosi (*EQ*) adalah suatu kemampuan mengendalikan perasaan dan emosi, baik pada diri sendiri maupun pada orang lain yang terlihat dari kecenderungan seseorang dalam bertindak dan berhubungan dengan orang lain. Instrumen yang digunakan untuk mengukur variabel ini berupa angket. Lembar angket tingkat kecerdasan emosional yang berisi tentang aspek-aspek kecerdasan emosional, yaitu kemampuan untuk: mengenali emosi diri, mengelola emosi diri, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah faktor penting dalam suatu penelitian karena merupakan keseluruhan subyek yang akan memberikan batasan atau ruang lingkup penelitian tersebut. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga yaitu ekstrakurikuler bola basket, futsal, dan bola voli. Jumlah populasi dalam ekstrakurikuler olahraga SMA N 1 Jetis Bantul adalah 105 peserta didik. Untuk lebih jelasnya berikut disajikan tabel berdasarkan kelas.

Tabel 2. Populasi Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket, Futsal, dan Bolavoli di SMA N 1 Jetis Bantul Berdasarkan Cabang Olahraga

No	Jenis Ekstrakurikuler	Peserta		Jumlah
		Kelas X	Kelas XI	
1.	Bolabasket	34	13	47
2.	Bolavoli	25	19	44
3.	Futsal	7	7	14
JUMLAH				105

Sedangkan sampel yang akan digunakan adalah seluruh populasi yang ada yaitu semua siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 JETIS yang berjumlah total 105 anak, sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi.

D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan kuesioner atau angket untuk mengumpulkan data. Selain itu dengan angket lebih memberikan kesempatan kepada siswa atau responden untuk memberikan informasi dengan baik dan benar. Alternatif jawaban dalam angket ini

menggunakan skala Likert merupakan jenis skala yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian (fenomena sosial spesifik), seperti sikap, minat, pendapat, dan persepsi sosial seseorang atau sekelompok orang. Skala likert dinyatakan dalam bentuk pernyataan untuk dinilai oleh responden, apakah pernyataan itu di dukung atau ditolak, melalui rentang nilai tertentu. Pernyataan yang diajukan ada dua kategori, yakni pernyataan positif dan pernyataan negatif. Pernyataan-pernyataan yang diajukan baik pernyataan positif maupun pernyataan negatif dinilai subjek sangat setuju, setuju, tidak setuju, sangat tidak setuju. Keempat alternatif jawaban pada setiap butir pernyataan memiliki skor 4, 3, 2, 1.

Tabel 3. Skor Alternatif Jawaban

Pertanyaan	Alternatif jawaban			
	Sangat setuju	Setuju	Tidak setuju	Sangat tidak setuju
Positif	4	3	2	1
Negatif	1	2	3	4

Menurut Sutrisno Hadi (1997: 7) terdapat tiga hal yang ditempuh dalam menyusun instrumen, yaitu :

- a. Mendefinisikan konstruk, konstruk yang didefinisikan dalam penelitian ini adalah tingkat kecerdasan emosional siswa yang mengikuti ekstrakurikuler.
- b. Menyidik faktor, menyidik faktor dalam penelitian ini adalah faktor mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, mengenali emosi orang lain, membina hubungan.
- c. Menyusun butir pertanyaan dan pertanyaan, Pada dasarnya pertanyaan yang disusun adalah penjabaran dari masing-masing

faktor dan indikator, sehingga dapat membatasi butir-butir soal yang disusun dari suatu faktor yang bersangkutan.

Menyusun butir-butir pertanyaan berdasarkan faktor-faktor yang menyusun konstruk. Untuk menyusun butir-butir pertanyaan, maka indikator tersebut di atas dijabarkan menjadi butir-butir pertanyaan. Seluruh pernyataan butir soal pada angket kecerdasan emosional dalam penelitian ini menggunakan 2 pernyataan yakni pernyataan positif dan pernyataan negatif.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan instrumen dari penelitian Dion Prasetyo (2015) tentang tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga beregu di SMA N 1 Karanganyar Kebumen dengan menggunakan angket kecerdasan emosional yang terdiri dari 26 pernyataan yang meliputi aspek mengenali emosi, mengelola emosi, memotivasi diri sendiri, faktor mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan. Yang memiliki nilai *alpha cronbach* sebesar 0,839. Yang apabila dikonsultasikan terhadap harga indeks koefisien reliabilitas, akan didapatkan bahwa instrumen ini memiliki interpretasi **Sangat Tinggi**. Oleh karena itu instrumen ini dapat digunakan dalam penelitian. Dengan validitas 26 soal valid dari total 38 soal. Serta reliabilitas Setelah dihitung dengan bantuan SPSS 16 ditemukan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,839. Apabila dikonsultasikan terhadap harga indeks koefisien reliabilitas, akan didapatkan bahwa instrumen ini memiliki interpretasi **Sangat Tinggi**. Oleh karena itu instrumen ini dapat digunakan dalam penelitian.

Tabel 4. Interpretasi Nilai r

Angka Korelasi	Interpretasi
0.800 - 1.000	Sangat Tinggi
0.600 - 0.800	Tinggi
0.400 - 0.600	Cukup
0.200 - 0.400	Rendah
0.000 - 0.200	Sangat Rendah

Sumber: Suharsimi Arikunto (2002:245)

2. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket. Teknik pengumpulan data menggunakan angket dirasa lebih praktis dan efisien karena dalam waktu singkat peneliti dapat memperoleh data dari responden. Semakin tinggi skor yang diperoleh maka semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMA N 1 Jetis Bantul. Angket yang digunakan dalam penelitian ini merupakan angket tertutup yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju. Pelaksanaannya yaitu dengan memberikan angket kepada sampel dari populasi peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga untuk mengisi angket tersebut. Lama pengisian angket dibatasi, yaitu ditunggu pada saat pengisian angket dengan tidak memberikan pengaruh pada setiap responden pada saat dilakukannya pengisian.

Tabel 5. Kisi-kisi Instrumen Penelitian Kecerdasan Emosional

Konstrak	Faktor	Indikator	Item Soal	
			Positif	Negatif
Kecerdasan emosional	Mengenali emosi diri	Mengenal dan merasakan emosi sendiri	1	16, 17
		Memahami sebab perasaan yang timbul	2, 3	18
	Mengelola Emosi	mampu mengendalikan emosi ketika sedang malas	4	19
		Memiliki kemampuan untuk mengelola emosi	5, 6	20
	Memotivasi diri sendiri	Bersikap optimis	7	21
		Kemampuan untuk mencapai prestasi	8	22
	Mengenali emosi orang lain	Kemampuan individu untuk berempatik	-	23
		Memahami ekspresi orang lain terhadap suatu peristiwa	9, 10	-
	Membina hubungan	Mampu menyelesaikan konflik dengan teman dan antar teman	11, 12	-
		Mudah bergaul dengan teman dan orang lain	13	24
		Memiliki perhatian terhadap kepentingan orang lain	14	25
		Bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama	15	26
Jumlah			15	11
Jumlah total			26	

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan prosentase. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiono, 2006 : 21).

Angket yang disebar pada responden adalah angket yang berisi pernyataan dan alternatif jawaban yang terdiri dari Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju, Sangat Tidak Setuju. Selanjutnya data tersebut diolah dengan cara analisa deskriptif. Untuk memudahkan tabulasi, maka jawaban tersebut diubah secara kuantitatif dengan memberi angka (skor) pada setiap butir jawaban. Untuk pernyataan positif: Sangat Setuju diberi skor 4, Setuju diberi skor 3, Tidak Setuju diberi skor 2, Sangat Tidak Setuju diberi skor 1, sedangkan untuk pernyataan negatif setiap butir jawaban diberikan skor: Sangat Setuju diberi skor 1, Setuju diberi skor 2, Tidak Setuju diberi skor 3, Sangat Tidak Setuju diberi skor 4. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan kemudian dilakukan pengkategorian serta menyajikan dalam bentuk histogram. Pengkategorian disusun dalam 5 kategori yaitu menggunakan teknik kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah (Anas Sujiono, 2000: 161). Rumus yang digunakan dalam menyusun kategori dapat dilihat di tabel 5.

Tabel 6. Pengkategorian Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstra Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul

No	Pengkategorian	Kategori
1.	$M + 1,5 SD$ ke atas	Sangat Tinggi
2.	$M + 0,5 SD - M + 1,5 SD$	Tinggi
3.	$M - 0,5 SD - M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD - M - 0,5 SD$	Rendah
5.	Ke bawah – $M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian ini berupa data yang dideskripsikan untuk mengetahui gambaran tentang tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 JETIS, adapun hasil deskripsi tersebut dapat dilihat di bawah ini.

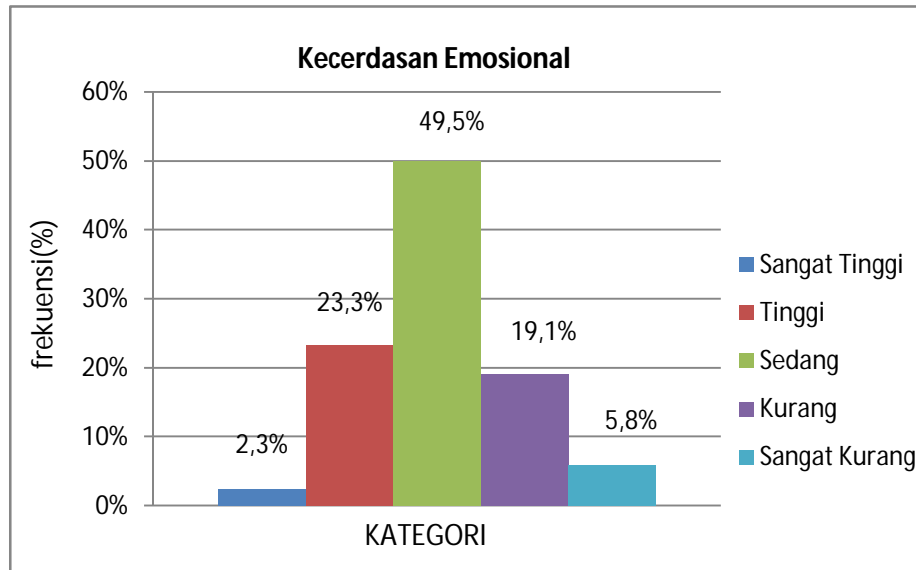
1. Gambaran Tentang Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul.

Berdasarkan hasil analisis masing-masing item maka data penelitian dikumpulkan. Adapun hasil penelitian tersebut seperti di bawah ini :

Setelah data Faktor diperoleh, kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan diperoleh hasil sebagai berikut : Skor rata-rata = 78,47; Skor minimal = 67; Skor maksimal = 95; dan Standar deviasi = 5,1.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Kecerdasan Emosional Peserta Didik

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 86.12	3	2.3%
Tinggi	$81.02 \leq X < 86.12$	24	23.3%
Sedang	$75.92 \leq X < 81.02$	52	49.5%
Rendah	$70.82 \leq X < 75.92$	20	19.1%
Sangat Rendah	< 70.82	6	5.8%
Total	Total	105	100%



Gambar 1. Grafik Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMAN 1 Jetis Bantul.

Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat diketahui tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul yaitu kategori Sangat Tinggi sebanyak 3 atau 2,3%; kategori Tinggi sebanyak 24 atau 23,3%; kategori Sedang sebanyak 52 atau 49,5%; kategori Rendah sebanyak 20 atau 19,1%; dan kategori Sangat Rendah sebanyak 6 atau 5,8%.

2. Analisis Deskriptif Berdasarkan Masing-Masing Faktor

a. Deskripsi Hasil Faktor Mengenali Emosi Diri

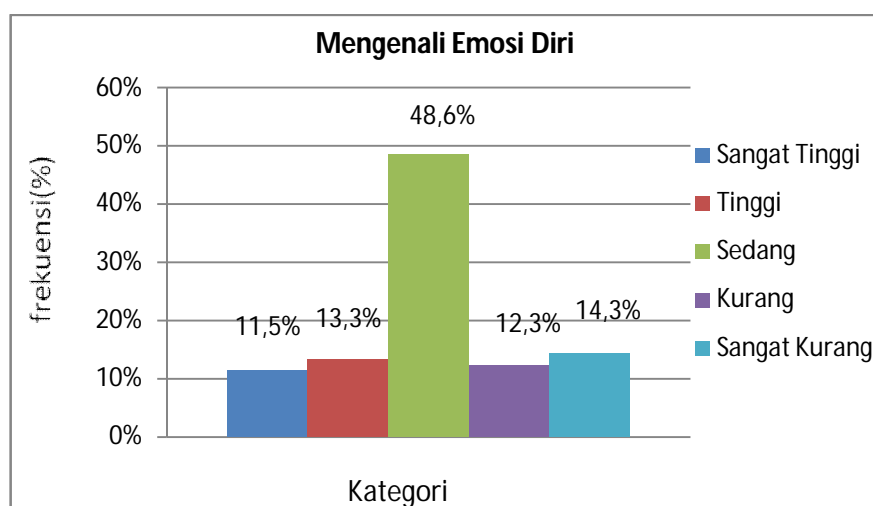
Data Faktor Mengenali Emosi Diri, peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul diperoleh hasil analisis sebagai berikut,

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor

Mengenal Emosi Diri

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 19.94	12	11,5%
Tinggi	$18.82 \leq X < 19.94$	14	13,3%
Sedang	$16.66 \leq X < 18.82$	51	48,6%
Rendah	$15.02 \leq X < 16.66$	13	12,3%
Sangat Rendah	< 15.02	15	14,3%
Total	Total	105	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik akan seperti berikut,



Gambar 2. Grafik Faktor Mengenal Emosi Diri

Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat diketahui tingkat faktor mengenali emosi diri peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul yaitu kategori Sangat Tinggi sebanyak 12 atau 11,5%; kategori Tinggi sebanyak 14 atau 13,3%; kategori Sedang sebanyak 51 atau 48,6%; kategori Rendah sebanyak 10 atau 25%; dan kategori Sangat Rendah sebanyak 15 atau 14,3%.

b. Deskripsi Hasil Faktor Mengelola Emosi Diri

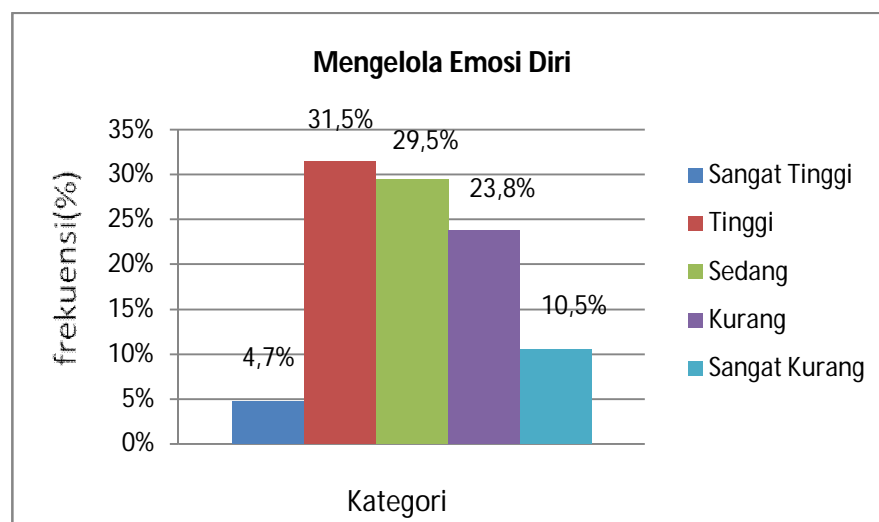
Data Faktor Mengelola Emosi Diri, peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul diperoleh hasil analisis sebagai berikut,

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor

Mengelola Emosi Diri

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 17.41	5	4,7%
Tinggi	$15.74 \leq X < 17.41$	33	31,5%
Sedang	$14.08 \leq X < 15.74$	31	29,5%
Rendah	$12.41 \leq X < 14.08$	25	23,8%
Sangat Rendah	< 12.41	11	10,5%
Total	Total	105	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik akan seperti berikut,



Gambar 3. Grafik Faktor Mengelola Emosi Diri

Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat diketahui tingkat faktor mengelola emosi diri peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul yaitu kategori Sangat Tinggi sebanyak 5 atau 4,7%; kategori Tinggi sebanyak 33 atau 31,5%; kategori Sedang sebanyak 31 atau 29,5%; kategori Rendah sebanyak 25 atau 23,8%; dan kategori Sangat Rendah sebanyak 11 atau 10,5%.

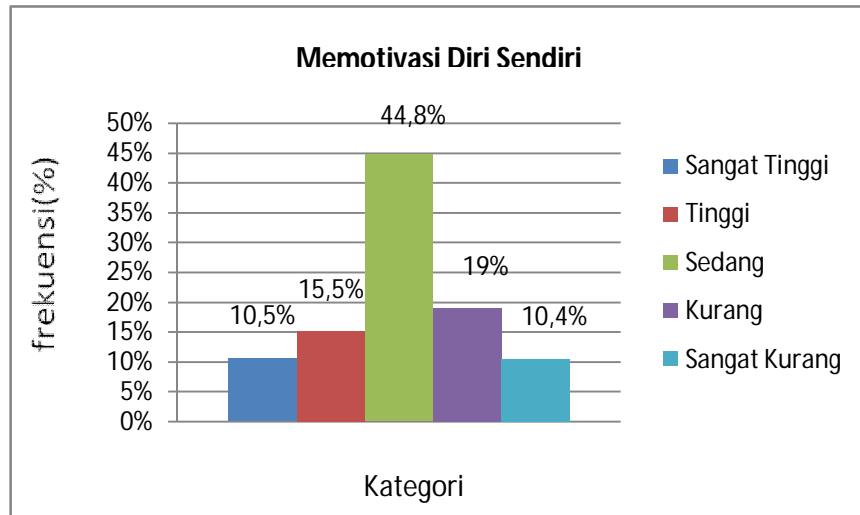
c. Deskripsi Hasil Faktor Memotivasi Diri Sendiri

Data Faktor Memotivasi Diri Sendiri, peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul diperoleh hasil analisis sebagai berikut,

**Tabel 10. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor
Memotivasi Diri Sendiri**

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 13.69	12	10,5%
Tinggi	$12.54 \leq X < 13.69$	16	15,2%
Sedang	$11.45 \leq X < 12.54$	47	44,8%
Rendah	$10.25 \leq X < 11.45$	20	19%
Sangat Rendah	< 10.25	11	10,4%
Total	Total	105	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik akan seperti berikut,



Gambar 4.Grafik Faktor Memotivasi Diri Sendiri

Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat diketahui tingkat faktor memotivasi diri sendiri peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul yaitu kategori Sangat Tinggi sebanyak 12 atau 10,5%; kategori Tinggi sebanyak 16 atau 15,2%; kategori Sedang sebanyak 20 atau 19%; kategori Rendah sebanyak 20 atau 19%; dan kategori Sangat Rendah sebanyak 11 atau 10,4%.

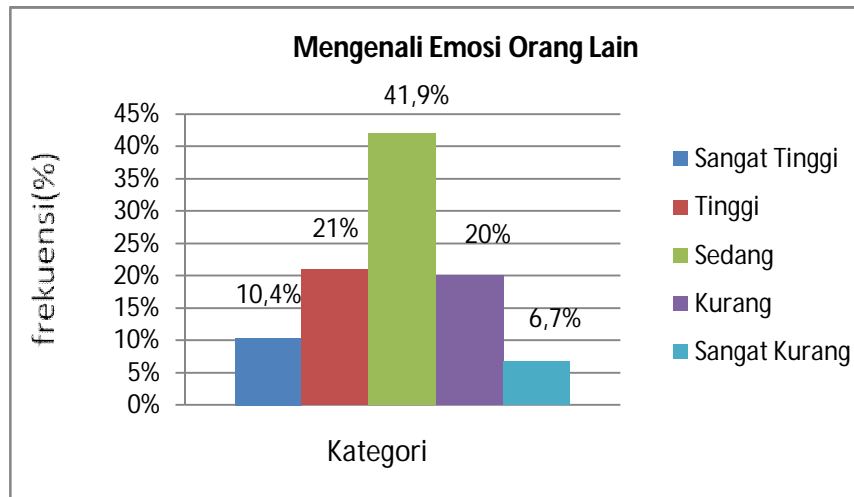
d. Deskripsi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor Mengenali Emosi Orang Lain

Data Faktor Mengenali Emosi Orang Lain, peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul diperoleh hasil analisis sebagai berikut,

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor Mengenali Emosi Orang Lain

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 13.69	12	10,5%
Tinggi	$12.54 \leq X < 13.69$	16	15,2%
Sedang	$11.45 \leq X < 12.54$	47	44,8%
Rendah	$10.25 \leq X < 11.45$	20	19%
Sangat Rendah	< 10.25	11	10,4%
Total	Total	105	100%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik akan seperti berikut,



Gambar 5. Grafik Faktor Mengenali Emosi Orang Lain

Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat diketahui tingkat faktor mengenali emosi orang lain peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul yaitu kategori Sangat Tinggi sebanyak 11 atau 10,4%; kategori Tinggi sebanyak 22 atau 21%; kategori Sedang sebanyak 44 atau 41,9%; kategori Rendah sebanyak 21 atau 20%; dan kategori Sangat Rendah sebanyak 7 atau 6,7%.

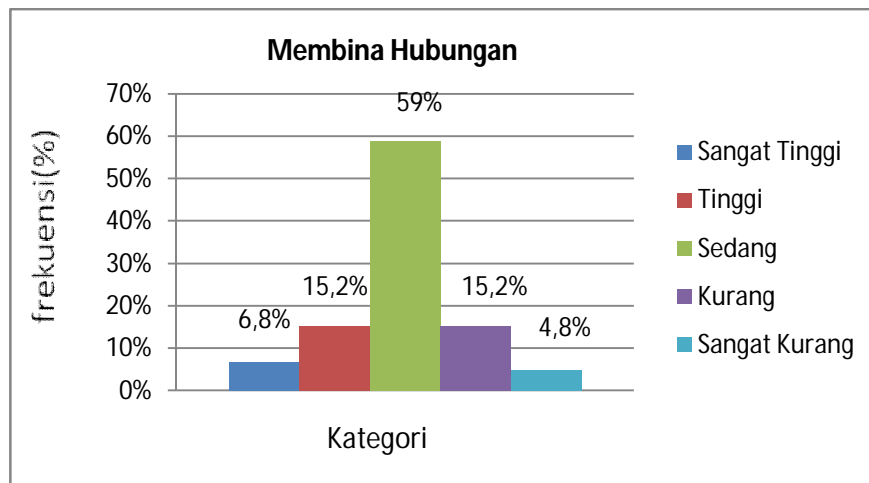
e. **Deskripsi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor Membina Hubungan**

Data Faktor Membina Hubungan peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA SMA N 1 Jetis Bantul diperoleh hasil analisis sebagai berikut,

Tabel 13. Distribusi Frekuensi Hasil Penelitian Faktor Membina Hubungan

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 28.22	6	5,00%
Tinggi	$26.06 \leq X < 28.22$	16	25,00%
Sedang	$23.9 \leq X < 26.06$	62	45,0%
Rendah	$21.74 \leq X < 23.9$	16	17,50%
Sangat Rendah	< 21.74	5	7,50%
Total	Total	105	100,00%

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik akan seperti berikut,



Gambar 6. Grafik Faktor Membina Hubungan

Berdasarkan tabel dan grafik di atas dapat diketahui tingkat faktor membina hubungan peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul yaitu kategori Sangat Tinggi sebanyak 6 atau

6,8%; kategori Tinggi sebanyak 16 atau 15,2%; kategori Sedang sebanyak 62 atau 59%; kategori Rendah sebanyak 16 atau 15,2%; dan kategori Sangat Rendah sebanyak 5 atau 4,7%.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang diperoleh melalui survei menggunakan instrumen angket kecerdasan emosional peserta didik maka akan diketahui apakah kecerdasan emosional yang dimiliki oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul termasuk dalam kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, atau sangat rendah. Ternyata setelah dilakukan penelitian dan berdasarkan hasil analisis tingkat kecerdasan emosional yang dilakukan maka dapat diketahui bahwa kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul adalah sebanyak 3 peserta didik atau 2,3% memiliki kecerdasan emosional sangat tinggi, 24 peserta didik atau 23,3% memiliki kecerdasan emosional tinggi, 52 peserta didik atau 49,5% memiliki kecerdasan emosional sedang, 20 peserta didik atau 19,1% memiliki kecerdasan emosional rendah, sedangkan 6 peserta didik atau 5,8% kecerdasan emosional sangat rendah.

Data dalam penelitian ini merupakan data kecerdasan emosional yang di dalamnya telah dibagi dalam beberapa faktor. Menurut Salovey (dalam Goleman, 1999: 57-59), membagi faktor kecerdasan emosional menjadi lima wilayah utama yaitu faktor mengenali emosi diri, faktor mengelola emosi diri sendiri, faktor memotivasi diri sendiri, faktor mengenali emosi orang lain,

serta faktor membina hubungan. Kelima faktor tersebut dijabarkan sebagai berikut:

1. Faktor Mengenali Emosi Diri Sendiri

Mengenali emosi diri sendiri merupakan kesadaran diri mengenali perasaan waktu perasaan itu terjadi, dan kemampuan mengenali emosi diri ini merupakan dasar kecerdasan emosional. Mengenali emosi diri sendiri mempunyai beberapa indikator, yaitu:

- a. Individu mampu mengenal dan merasakan emosi sendiri
- b. Individu mampu memahami sebab perasaan yang timbul

Manifestasi faktor ini dalam kecerdasan emosional seperti mengenal emosi yang sedang dirasakan, memahami emosi yang sedang dirasakan dan mengetahui penyebab perasaan tidak bahagia yang dialami.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa faktor Mengenali Emosi Diri Sendiri yang dimiliki oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul adalah sebanyak 51 peserta didik atau 48,6% memiliki kemampuan mengenali emosi diri sendiri dalam kategori sedang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Jetis Bantul memiliki kemampuan mengenali emosi diri sendiri dalam kategori sedang atau rata-rata.

2. Faktor Mengelola Emosi Diri Sendiri

Mengelola emosi yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat. Mengelola emosi diri sendiri mempunyai beberapa indikator, yaitu:

- a. Individu mampu mengendalikan emosi ketika sedang malas.
- b. Individu memiliki kemampuan untuk mengelola emosi.

Kemampuan mengelola emosi disini merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan perasaannya sendiri sehingga tidak menolak dan akhirnya dapat mempengaruhi perilakunya secara wajar. Hal ini dapat terlihat dari perilaku mudah memaafkan orang yang telah menyinggung perasaannya, terlihat mudah dalam mengendalikan emosi, dan tidak merasa malas walaupun sedang dalam keadaan frustrasi.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa faktor Mengelola Emosi Diri Sendiri yang dimiliki oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul adalah sebanyak 25 peserta didik atau 23,8% memiliki kemampuan mengelola emosi diri sendiri dalam kategori rendah. Namun 33 peserta didik atau 31,5% memiliki kemampuan mengelola emosi diri sendiri dalam kategori tinggi dan 31 peserta didik atau 29,5% memiliki kemampuan mengelola emosi diri sendiri dalam kategori sedang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Jetis Bantul memiliki kemampuan mengelola emosi diri sendiri dalam kategori sedang atau rata - rata.

3. Faktor Memotivasi Diri Sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan merupakan hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, memotivasi diri sendiri, menguasai diri sendiri dan berkreasi. Indikator memotivasi diri sendiri yaitu:

- a. Individu memiliki sikap optimis.
- b. Individu memiliki sikap dan kemampuan untuk mencapai prestasi.

Orang-orang yang memiliki kemampuan memotivasi diri sendiricenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan.Hal ini dapat dilihat dari beberapa perilaku seperti selalu terlihat optimis dalam menghadapi suatu tantangan, berani mengambil keputusan, dan tidak mudah putus asa.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa faktor Memotivasi Diri Sendiri yang dimiliki oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahragadi SMA N 1 Jetis Bantul adalah sebanyak 47 peserta didik atau 44,8% memiliki kemampuan memotivasi diri sendiri dalam kategori sedang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Jetis Bantul memiliki kemampuan memotivasi diri sendiri kategori sedang atau rata-rata.

4. Faktor Mengenali Emosi Orang Lain

Mengenali emosi orang lain merupakan untuk membaca perasaan orang lain yang ditampakkannya melalui isyarat-isyarat yang ditangkap. Indikator mengenali emosi orang lain yaitu:

- a. Individu mampu untuk berempati
- b. Individu mampu memahami ekspresi orang lain terhadap suatu peristiwa.

Ciri orang yang mampu mengendalikan emosi orang lain adalah mampu berempati. Empati diartikan sebagai kemampuan yang bergabung pada kesadaran diri yang merupakan keterampilan bergaul dasar. Individu yang memiliki empati tinggi lebih mampu untuk menangkap sinyal-sinyal yang dibutuhkan atau dikehendaki oleh orang lain. Hal ini dapat dilihat dari perilaku individu yang tidak mengganggu temannya yang sedang marah, mengucapkan turut berduka cita, dan mampu memahami perasaan orang lain terhadap diri sendiri.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa faktor Mengenali Emosi Orang Lain yang dimiliki oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul adalah sebanyak 44 peserta didik atau 41,9% memiliki kemampuan mengenali emosi diri sendiri dalam kategori sedang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Jetis Bantul memiliki kemampuan mengenali emosi orang lain dalam kategori sedang atau rata-rata.

5. Faktor Membina Hubungan

Membina hubungan dengan orang lain adalah keterampilan-keterampilan untuk berhubungan dengan orang lain yang merupakan kecakapan emosional yang mendukung keberhasilan dalam bergaul dengan orang lain. Indikator dari membina hubungan dengan orang lain yaitu:

- a. Individu mampu menyelesaikan konflik dengan teman dan antar teman.
- b. Individu mudah bergaul dengan teman orang lain.
- c. Individu memiliki perhatian terhadap kepentingan orang lain.
- d. Individu memiliki sikap senang berbagi rasa dan bekerja sama dengan orang lain.

Keterampilan membina hubungan merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan. Individu yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang berhubungan dengan pergaulan interaksi dengan orang lain.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa faktor Membina Hubungan yang dimiliki oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul adalah sebanyak 62 peserta didik atau 45% memiliki kemampuan mengenali emosi diri sendiri dalam kategorisedang. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA N 1 Jetis Bantul memiliki kemampuan membina hubungan secara sedang atau rata-rata.

Berdasarkan hasil semua analisis maka dapat diketahui bahwa bahwa tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul berada dalam kategori sedang. Kesimpulan ini didapat dari hasil pengolahan data yakni sebesar 49,5% peserta ekstrakurikuler olahraga beregu memiliki tingkat kecerdasan emosional sedang. Hal ini tentunya merupakan hasil penelitian yang cukup memuaskan mengingat para responden telah memiliki kecerdasan emosional seperti kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain berada dalam kategori tingkat kecerdasan sedang atau rata-rata.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dalam pembahasan sebelumnya telah dijabarkan hasil dari penelitian mengenai tingkat kecerdasan emosional peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikemukakan yaitu para responden telah memiliki kecerdasan emosional seperti kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungannya dengan orang lain berada dalam kategori memiliki tingkat kecerdasan sedang maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga di SMAN 1 Jetis Bantul termasuk dalam kategori sedang.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait dalam bidang pendidikan, utamanya bagi para pendidik yaitu guru penjas ataupun pembina ekstrakurikuler olahraga agar dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar (KBM) intrakurikuler maupun ekstrakurikuler dapat lebih memperhatikan faktor emosional peserta didik. Sehingga mutu dan kualitas peserta didik dapat lebih berkembang dan mencapai hasil yang maksimal.

C. Keterbatasan Penelitian

Meskipun peneliti sudah berusaha semaksimal mungkin untuk memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Adapun beberapa keterbatasan yang kemungkinan dapat membiaskan hasil penelitian ini, diantaranya :

1. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket yang diisi oleh responden secara tertutup, sehingga bersifat subjektif menurut persepsi peserta didik.
2. Butir-butir pernyataan dalam angket ini masih bersifat umum belum spesifik mengarah pada masalah ekstrakurikuler olahraga.
3. Karakteristik responden yang digunakan sebagai ujicoba instrumen tidak mungkin sama persis dengan responden penelitian sebenarnya.
4. Responden yang dipilih masih *general*, belum dikhususkan atau dibedakan antara peserta didik putra dan peserta didik putri.
5. Ahli materi atau *expert judgment* yang menilai instrumen penelitian ini hanya satu orang dan tidak melibatkan psikolog ataupun psikiater.

D. Saran

1. Bagi Lembaga Sekolah

Kegiatan ekstrakurikuler khususnya ekstrakurikuler olahraga beregu dapat dibina dengan lebih baik lagi oleh pihak sekolah, dengan harapan tidak hanya dapat memberikan prestasi namun dapat memberikan manfaat nyata bagi peningkatan kecerdasan emosional peserta didik guna mencegah terjadinya kenakalan remaja.

2. Bagi Peserta Didik

Ketika mengetahui manfaat pentingnya tingkat kecerdasan emosional hendaknya peserta didik menjadi lebih aktif untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler khususnya ekstrakurikuler olahraga beregu di sekolah sebagai upaya meningkatkan kecerdasan emosional.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat membuat instrumen yang lebih memfokuskan pada masalah kecerdasan emosional yang terjadi pada ekstrakurikuler olahraga beregu. Hal ini dikarenakan pada penelitian ini instrumen yang digunakan masih bersifat umum belum spesifik mengarah pada masalah ekstrakurikuler olahraga beregu. Tujuannya agar hasil yang didapatkan dapat lebih spesifik.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Tridhonanto. (2010). *Meraih Sukses dengan Kecerdasan Emosional*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Depdikbud (1993). *Olahraga Pendidikan*. Jakarta: Palaga
- Depdikbud (1993). *Pedoman Guru Olahraga*. Jakarta: Rosdakarya
- Dion Prasetyo. (2015). Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Beregu di SMA N 1 Karanganyar Kebumen. *Skripsi*. FIK. UNY
- Goleman, Daniel. (1996). *Emotional Intelligence (Kecerdasan Emosional)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (1998). *Kecerdasan Emosional dalam Memimpin*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (1999). *Working With Emotional Intelligence: Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (2000). *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, Daniel. (2002). *Kecerdasan Emosional Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Gunarsa, S. D. (2004). *Bunga Rampai Psikologi Perkembangan dari Anak sampai Usia Lanjut*. Jakarta: BPK.
- Hurlock, E. B. (1993). *Perkembangan Anak Jilid 2*. Jakarta: PT. Erlangga.
- Lawrence E. Shapiro. (1998). *Mengajarkan Emotional Intelligence*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Prasetyo Putra S. (2015). Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolabasket di SMA N 1 Depok Sleman. *Skripsi*. FIK. UNY
- Santrock, John W. (2002). *Edisi Kelima: Life-Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*. Jakarta: Erlangga.
- Singgih Gunarsa. (1995). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Cetakan Ketujuh. Jakarta: Gunung Mulia.
- Sudarsono. (1993). *Ilmu Filsafat Suatu Pengantar*. Jakarta: Rineka Cipta.

- Sugiono.(2006). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.]
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian*. Jakarta. PT. Rineka Cipta
- Sukintaka. (1979). *Permainan dan Metodik: Buku II*. Jakarta: Terate Bandung.
- Sutrisno Hadi. (1991). *Analisis Butir untuk Instrumen*. Yogyakarta: Andi Offside.
- Soebroto.(1976). *Asas-asas Pengetahuan Umum Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia, ed.3.– cet. 4*. Jakarta: Balai Pustaka
- Tri Ani Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bolabasket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Jurusan Pendidikan Olahraga.Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Yudha M. Saputra. (1998/1999).*Pengembangan kegiatan ko dan ekstrakurikuler*. Depdiknas: Jakarta

LAMPIRAN

Surat Permohonan Izin Penelitian



**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 326/UN.34.16/PP/2016. 14 Juli 2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

**Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Yogyakarta.**

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Bahtiar Wiwit Dwiyanto.
NIM : 12601244101.
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Juli s.d Agustus 2016.
Tempat/Obyek : SMA Negeri 1 Jetis Bantul.
Judul Skripsi : Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga di SMA N 1 Jetis Bantul.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIDN.19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMA N 1 Jetis Bantul.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL
DINAS PENDIDIKAN MENENGAH DAN NON FORMAL
SMA NEGERI 1 JETIS
KERTAN SUMBERAGUNG JETIS BANTUL YOGYAKARTA 55781 Telp. (0274) 2810161

SURAT KETERANGAN

Nomor : 422 / 382/JET.A.01/2016

Menunjuk Surat dari Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPEDA) Kabupaten Bantul nomor : 070 / Reg/3045 /S1/ 2016 tertanggal 20 Juli 2016 perihal tentang ijin penelitian, dengan ini Kepala Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Jetis Kabupaten Bantul menerangkan :

Nama : BAHTIAR WIWIT DWIYANTO
NIM/ : 12601244101
P.T. /Alamat : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta
Karangmalang, Sleman, DIY.

Keterangan : Telah selesai melaksanakan Penelitian
Lokasi : SMA N 1 Jetis.

Dengan Judul : “TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA
DIDIK YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER
OLAHRAGA DI SMA N 1 JETIS BANTUL“

Pelaksanaan Penelitian : 20 Juli s/d 2 Agustus 2016

Dengan Guru pembimbing sebagai berikut :

Nama : TRI GIHARTO, S.Pd.
NIP. : 196709051989031011
Pangkat / Gol : Pembina / IV / a
Jabatan : Guru Madya

Demikian Surat Keterangan ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, kepada yang berkepentingan harap menjadikan periksa.

Jetis, 3 Agustus 2016
Kepala,

Drs. HERMAN PRIYANA
NIP. 19570511 198603 1 001

Instrumen/Angket Uji Coba

INSTRUMEN/ANGKET UJI COBA

TINGKAT KECERDASAN EMOSIONAL PESERTA DIDIK YANG MENGIKUTI EKSTRAKURIKULER OLAHRAGA BEREGU DI SMA N 1 KARANGANYAR KEBUMEN

Nama :

Kelas :

Petunjuk pengisian :

1. Pilih salah satu jawaban dengan memberikan tanda silang (x) pada kolom jawaban yang telah tersedia.

Pilihlah jawaban :

SS = Sangat Setuju/Selalu

TS = Tidak Setuju/Jarang

S= Setuju/Sering

STS = Sangat Tidak
Setuju/Tidak Pernah

2. Angket ini bertujuan untuk mengetahui pendapat anda selama mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga beregu.
3. Semua pernyataan dalam angket ini tidak bermaksud untuk menilai anda dalam bentuk apapun.
4. Jawaban yang anda berikan nantinya akan sangat bermanfaat untuk hasil penelitian ini. Untuk itu atas partisipasi dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Saya mengenal emosi yang sedang saya rasakan				
2	Saya menyadari kekurangan dan kelebihan yang ada pada diri saya				
3	Saya memahami emosi yang sedang saya rasakan				
4	Saya mengetahui penyebab perasaan tidak bahagia yang saya alami				
5	Mudah bagi saya untuk segera bangkit dari kemalasan yang saya alami				
6	Saya dapat mengendalikan emosi saya				
7	Saya mudah memaafkan orang yang telah menyinggung hati saya				
8	Saya akan tetap merasa tenang dalam situasi apapun				
9	Saya bersikap optimis dalam setiap kegiatan yang saya lakukan				
10	Saya meyakini bahwa saya sanggup menyelesaikan berbagai tugas yang ada pada sekolah saya				
11	Rasa takut akan kegagalan mendorong saya untuk mengerjakan sesuatu semaksimal mungkin				
12	Saya bisa mendapat nilai yang baik				

	meskipun itu akan sulit				
13	Saya menganggap kritikan sebagai masukan yang membangun untuk meningkatkan kualitas pribadi saya				
14	Saya tidak akan mengganggu teman saya yang sedang marah				
15	Saya dapat merasakan perasaan orang lain terhadap saya				
16	Saya mampu menyelesaikan konflik dengan teman				
17	Saya mampu menyelesaikan konflik antar teman				
18	Saya dapat menerima kondisi teman-teman saya apa adanya				
19	Saya memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dengan oranglain				
20	Saya mampu memberikan dukungan kepada teman yang sedang mengalami musibah				
21	Saya senang berteman dengan banyak orang				
22	Saya bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama				
23	Saya merasa banyak kekurangan dibandingkan dengan orang lain				
24	Saya sering merasa kurang mampu				

	mengerjakan hal yang baru				
25	Saat saya gelisah, saya tidak mengetahui apa penyebabnya				
26	Saya termasuk orang yang menunda pekerjaan				
27	Saat frustrasi, saya malas melakukan aktivitas apapun				
28	Ketika suasana saya sedang senang, saya selalu meluapkan perasaan saya itu				
29	Saat saya marah, saya tidak dapat menahan diri melampiaskannya dengan mengeluarkan kata-kata kasar				
30	Suasana yang menegangkan membuat saya tidak bisa berfikir dengan tenang				
31	Saya mudah putus asa saat kesulitan menyelesaikan masalah tertentu				
32	Saya takut mencoba sesuatu, takut apabila saya mengalami kegagalan				
33	Saya sulit menerima pendapat orang lain yang tidak sependapat dengan saya				
34	Saya tidak dapat memahami emosi yang sedang dirasakan teman saya				
35	Bila ada kesalahpahaman dengan teman, saya membiarkannya sampai berlarut-larut				
36	Saya tidak suka berbincang-bincang dengan orang lain yang belum dikenal				

37	Saya kurang mampu menenangkan hati teman saya yang sedang goncang karena menghadapi suatu masalah				
38	Saya sulit berteman akrab dengan teman sekelas				

Kebumen,2015

Peserta Didik

.....

Instrumen Angket Penelitian

Instrumen/Angket Penelitian Tingkat Kecerdasan Emosional Peserta Didik yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga Beregu di SMA N 1 Jetis Bantul

Nama :

Kelas :

Cabang Olahraga :

PETUNJUK

- Berilah tanda (X) pada masing-masing pernyataan yang paling sesuai dengan pilihan saudara di salah satu kolom yang telah tersedia!
- Keterangan alternatif jawaban :
SS = Sangat Setuju/Selalu
S = Setuju/Sering
TS = Tidak Setuju/Jarang
STS = Sangat tidak Setuju/Tidak Pernah

Contoh pengisian kuisioner

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak akan mencontek ketika ujian		X		
2.	Saya akan berusaha memperhatikan ketika guru sedang mengajar	X			

- Apabila ada jawaban yang ingin diganti, maka berilah tanda (=) pada pilihan jawaban awal kemudian berilah tanda (X) pada pilihan jawaban sesuai pilihan Saudara yang dianggap tepat!

Contoh pengisian kuisioner

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya tidak akan mencontek ketika Ujian		≠	X	
2.	Saya akan berusaha memperhatikan ketika guru sedang mengajar	X	≠		

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1.	Saya mengenal emosi yang sedang saya rasakan.				
2.	Saya memahami emosi yang sedang saya rasakan.				
3.	Saya mengetahui penyebab perasaan tidak bahagia yang saya alami.				
4.	Mudah bagi saya untuk segera bangkit dari kemalasan yang saya alami.				
5.	Saya dapat mengendalikan emosi saya.				
6.	Saya mudah memaafkan orang yang telah menyinggung hati saya.				
7.	Saya bersikap optimis dalam setiap kegiatan yang saya lakukan.				
8.	Saya bisa mendapat nilai yang baik meskipun itu akan sulit.				
9.	Saya tidak akan mengganggu teman saya yang sedang marah.				
10.	Saya dapat merasakan perasaan orang lain terhadap saya.				
11.	Saya mampu menyelesaikan konflik dengan teman.				
12.	Saya mampu menyelesaikan konflik antar teman.				

13.	Saya dapat menerima kondisi teman-teman saya apa adanya.				
14.	Saya mampu memberikan dukungan kepada teman yang sedang mengalami musibah.				
15.	Saya bersikap senang berbagi rasa dan bekerja sama.				
16.	Saya merasa banyak kekurangan dibandingkan dengan orang lain.				
17.	Saya sering merasa kurang mampu mengerjakan hal yang baru.				
18.	Saya termasuk orang yang suka menunda pekerjaan.				
19.	Saat frustrasi, saya malas melakukan aktivitas apapun.				
20.	Saat saya marah, saya tidak dapat menahan diri melampiaskannya dengan mengeluarkan kata-kata kasar.				
21.	Saya mudah putus asa saat kesulitan menyelesaikan masalah tertentu.				
22.	Saya takut mencoba sesuatu, takut apabila saya mengalami kegagalan.				
23.	Saya sulit menerima pendapat orang lain yang tidak sependapat dengan saya.				
24.	Saya tidak suka berbincang-bincang dengan orang lain yang belum dikenal.				

25.	Saya kurang mampu menenangkan hati teman saya yang sedang goncang karena menghadapi suatu masalah.				
26.	Saya sulit berteman akrab dengan teman sekelas.				

Bantul,
Peserta Didik

.....

Hasil Analisis Reabilitas

Hasil Analisis Reabilitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.839	38

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_1	111.56	82.732	.443	.832
item_2	111.22	86.065	.174	.839
item_3	111.61	82.487	.406	.833
item_4	111.56	82.732	.443	.832
item_5	112.22	81.242	.498	.830
item_6	111.94	83.232	.363	.834
item_7	111.61	82.487	.406	.833
item_8	112.11	87.516	-.013	.845
item_9	111.61	82.487	.406	.833
item_10	111.78	87.595	-.006	.843
item_11	111.61	85.310	.210	.838
item_12	111.39	84.134	.368	.835
item_13	111.39	85.899	.179	.838
item_14	111.33	83.412	.449	.833
item_15	111.39	84.134	.368	.835
item_16	111.50	84.147	.301	.836
item_17	111.89	82.222	.416	.833
item_18	111.39	82.840	.413	.833
item_19	111.56	83.556	.306	.836
item_20	111.39	84.134	.368	.835

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item_21	111.06	85.938	.251	.837
item_22	111.33	83.412	.449	.833
item_23	113.28	82.801	.315	.836
item_24	112.50	80.029	.520	.829
item_25	112.28	90.918	-.266	.851
item_26	112.61	79.075	.462	.831
item_27	112.78	80.183	.392	.833
item_28	112.00	91.176	-.291	.852
item_29	112.28	79.389	.431	.832
item_30	113.00	87.059	.043	.842
item_31	111.89	79.281	.664	.825
item_32	111.89	83.752	.437	.833
item_33	111.72	85.271	.246	.837
item_34	112.33	84.235	.242	.838
item_35	111.56	85.320	.258	.837
item_36	111.89	79.281	.664	.825
item_37	112.56	84.614	.266	.837
item_38	111.89	79.281	.664	.825

Tabel Deskripsi Statistik

Statistic

		Kecerdasan Emosional	Mengenali Emosi Diri	Mengelola Emosi Diri	Memotivasi Diri Sendiri	Mengenali Emosi Orang Lain	Membina Hubungan
N	Valid	105	105	105	105	105	105
	Missing	0	0	0	0	0	0
Mean		78,47	17,48	14,91	11,97	9,11	24,98
Std. Deviation		5,1	1,64	1,67	1,15	1,11	2,16
Minimum		67	14	11	9	7	20
Maximum		95	22	19	15	12	32
Sum		8240	1836	1836	1257	957	2623

Tabel Distribusi Frekuensi

Kecerdasan Emosional Peserta Didik

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 86.12	3	2.3%
Tinggi	$81.02 \leq X < 86.12$	24	23.3%
Sedang	$75.92 \leq X < 81.02$	52	49.5%
Rendah	$70.82 \leq X < 75.92$	20	19.1%
Sangat Rendah	< 70.82	6	5.8%
Total	Total	105	100,00%

Faktor Mengenali Emosi Diri

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 19.94	12	11.5%
Tinggi	$18.82 \leq X < 19.94$	14	13.3%
Sedang	$16.66 \leq X < 18.82$	51	48.6%
Rendah	$15.02 \leq X < 16.66$	13	12.3%
Sangat Rendah	< 15.02	15	14.3%
Total	Total	105	100,00%

Faktor Mengelola Emosi Diri

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 17.41	5	4.7%
Tinggi	$15.74 \leq X < 17.41$	33	31.5%
Sedang	$14.08 \leq X < 15.74$	31	29.5%
Rendah	$12.41 \leq X < 14.08$	25	23.8%
Sangat Rendah	< 12.41	11	10.5%
Total	Total	105	100,00%

Faktor Memotivasi Diri Sendiri

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 13.69	12	10.5%
Tinggi	$12.54 \leq X < 13.69$	16	15.2%
Sedang	$11.45 \leq X < 12.54$	47	44.8%
Rendah	$10.25 \leq X < 11.45$	20	19%
Sangat Rendah	< 10.25	11	10.4%
Total	Total	105	100,00%

Faktor Mengenali Emosi Orang Lain

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 10.76	11	10.5%
Tinggi	$9.66 \leq X < 10.76$	22	15.2%
Sedang	$8.56 \leq X < 9.66$	44	44.8%
Rendah	$7.46 \leq X < 8.56$	21	19%
Sangat Rendah	< 7.46	7	10.4%
Total	Total	105	100,00%

Faktor Membina Hubungan

Kategori	Rentang Kelas	Frekuensi	Prosentase
Sangat Tinggi	≤ 28.22	6	5,00%
Tinggi	$26.06 \leq X < 28.22$	16	25,00%
Sedang	$23.9 \leq X < 26.06$	62	45,0%
Rendah	$21.74 \leq X < 23.9$	16	17,50%
Sangat Rendah	< 21.74	5	7,50%
Total	Total	105	100,00%

Dokumentasi Penelitian di SMA N 1 Jetis Bantul





Data Mentah Hasil Uji Coba Angket

No	No. Item																																					Total		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37		38	
1	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	2	3	2	2	3	2	2	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	115
2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	141
3	4	4	4	4	2	4	4	1	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	1	2	3	4	2	4	4	3	2	3	4	3	4	124	
4	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	1	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	110
5	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	114
6	3	4	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	4	1	2	4	2	1	2	4	2	3	3	4	3	4	3	2	3	109	
7	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	3	4	3	3	4	4	3	2	4	4	4	3	1	2	2	2	2	4	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	105	
8	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	3	1	4	1	3	3	3	3	1	3	3	1	3	117	
9	4	3	3	4	2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	1	2	2	1	1	3	2	2	1	3	3	3	3	1	2	1	101	
10	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	2	3	1	2	4	2	1	2	3	2	2	3	2	3	2	107	
11	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	124	
12	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	3	1	2	3	4	1	3	4	2	3	3	3	2	4	3	2	3	114	
13	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	115
14	3	4	4	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	1	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	110	
15	3	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	4	2	3	3	2	3	105	
16	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	1	3	3	2	1	3	2	3	4	3	4	2	4	4	3	4	121	
17	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	2	3	113	
18	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	1	2	3	2	2	3	3	1	3	3	3	3	4	3	2	3	123	

Catatan : Warna hitam = pernyataan positif

Warna merah = pernyataan negative

Data Mentah Hasil Penelitian

Siswa	nomor soal																										Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	
1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	68
2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	4	72
3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	79
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	78
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	75
6	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	74
7	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	68
8	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	79
9	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	67
10	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	94
11	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	2	3	2	4	4	3	3	3	1	2	4	76
12	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	74
13	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	4	83
14	3	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	81
15	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	4	4	4	2	1	2	3	3	3	2	2	3	3	4	75
16	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	80
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	69
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	77
19	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	79
20	2	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	66
21	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	1	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	71
22	3	3	3	3	4	2	3	2	4	3	4	4	4	3	3	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	80

23	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	71
24	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	4	70
25	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	72
26	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	4	71
27	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	68
28	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	72
29	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	65
30	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	2	2	3	3	4	77
31	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	2	3	2	3	3	4	77
32	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	4	67
33	3	3	2	2	2	4	2	3	3	2	3	2	4	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	69
34	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	73
35	3	3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	71
36	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	3	4	76
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	74
38	4	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	78
39	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	77
40	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	76
41	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	1	1	2	3	2	3	3	3	3	2	4	69
42	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	4	4	4	83
43	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	2	2	4	3	3	3	4	3	3	80
44	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
45	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	80
46	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	1	4	3	3	3	2	2	4	74
47	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	77

48	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	65	
49	3	3	3	4	2	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	4	4	3	76	
50	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	2	2	3	2	2	3	63	
51	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	80	
52	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	79	
53	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	77	
54	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	69	
55	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	73
56	3	3	2	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	66	
57	3	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	2	2	3	3	4	78	
58	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	69
59	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	95
60	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	3	4	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	3	1	2	4	77
61	4	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	78	
62	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	79
63	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	78	
64	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	1	1	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	71
65	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	4	4	4	84	
66	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83	
67	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	81	
68	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	3	3	1	3	2	1	4	3	3	3	2	2	4	75	
69	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	78	
70	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	65	
71	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	76
72	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	76

73	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	2	3	2	2	1	2	2	3	3	2	3	69	
74	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	81		
75	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	4	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	68	
76	4	3	4	3	3	2	3	4	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	79	
77	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	1	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	79	
78	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	77	
79	2	2	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	4	3	3	1	1	2	3	2	3	3	3	3	2	4	70	
80	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	4	4	4	84	
81	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	3	2	2	4	3	3	3	4	3	3	81	
82	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	83	
83	2	3	2	2	2	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	67	
84	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	4	4	1	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	72	
85	3	3	3	4	4	2	3	2	4	3	4	4	4	3	3	2	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	81	
86	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	4	72	
87	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	4	71	
88	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	4	73	
89	3	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	81	
90	3	3	3	3	3	4	2	3	4	2	3	3	4	4	4	2	1	2	3	3	3	2	2	3	3	4	76	
91	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	80
92	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	71	
93	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	77	
94	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	79	
95	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	2	3	74	
96	3	3	2	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	66	
97	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	4	2	2	3	3	4	78	

98	3	3	3	3	3	2	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	2	3	2	3	3	4	76
99	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	3	2	2	2	1	3	3	2	2	1	2	4	67
100	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	94
101	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	3	4	2	3	2	4	4	3	3	3	1	2	4	76
102	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	75
103	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	4	82
104	3	3	4	2	3	4	3	3	4	2	3	2	4	4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	4	81
105	3	3	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	4	4	4	2	1	2	3	3	3	2	2	3	3	4	76

Catatan : Warna hitam = pernyataan positif

Warna merah = pernyataan negatif